第一图书网, tushu007.com

<<田径>>

图书基本信息

书名：<<田径>>

13位ISBN编号：9787303090044

10位ISBN编号：7303090045

出版时间：2008-2

出版时间：北京师大

作者：孟刚 编

页数：297

字数：345000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《田径运动》是体育院校田径普修课程学生用书，是由西南（云、贵、川、渝）体育教材教法研究会《田径运动》教材小组根据西南四省市田径教学计划、培养目标和田径课程教学大纲规定的教学任务、教学时数、教学内容及考核要求分工负责撰写和串编完成的。
本教材在根据云、贵、川、渝的实际情况因地制宜、因材施教的基础上，总结了三省一市学生生源掌握田径的技术技能、田径知识、专业能力以及各院校田径课程教学实践经验，继承了前人不同时期出版的田径教材优点，重点吸收了国内外田径运动发展中的先进理论与实践内容。
　　本教材着眼于新世纪培养体育专门人才的实际需要，注重体现现代教育新理念，以及田径教学训练的新理论、新观点和新方法。
坚持继承与创新、改革与发展；坚持实事求是，从田径教学实际出发；突出科学性、系统性、教学性、针对性、实用性、实践性、先进性、时代性，从教材体系和专业发展、教学内容、教学手段与方法掌握上进行改进、提炼、拓展，以使教学对象能适应未来社会的需要。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

理　论　篇　　第一章　田径运动概述　　第一节　田径运动的定义、分类、特点和功能　　第二节　田径运动的起源与发展　　第三节　我国田径运动发展概况　　第四节　田径组织机构和田径赛事简介　　第二章　田径运动技术原理　　第一节　田径运动技术原理概述　　第二节　跑的技术原理　　第三节　跳跃的技术原理　　第四节　投掷的技术原理　　第三章　田径运动教学　　第一节　田径运动教学的指导思想　　第二节　田径运动教学基本内容和基本文件　　第三节　田径运动技术教学　　第四节　田径课程的考核与评价　　第四章　田径健身运动　　第一节　田径健身运动的概念和价值　　第二节　田径健身运动的特点和基本原理　　第三节　田径健身运动的分类和基本内容　　第四节　田径健身运动的作用和方法　　第五节　田径健身运动项目的设计原则、步骤与方法　　第六节　田径健身运动的指导与评价　　第五章　田径运动竞赛　　第一节　田径运动竞赛的组织与编排　　第二节　田径竞赛主要规则介绍　　第三节　田径运动竞赛的裁判工作　　第六章　田径运动场地　　第一节　径赛场地　　第二节　田赛场地　　第三节　小型半圆式田径场地的设计　　第四节　田径运动场地的设计要求与基本结构　　第七章　中学课余田径训练　　第一节　中学课余田径训练概述　　第二节　中学课余田径训练的原则　　第三节　中学课余田径训练的内容　　第四节　中学课余田径训练的方法　　第五节　中学课余田径训练计划的制定　　第六节　中学课余田径训练的组织与管理　技　术　篇　　第八章　竞　走　　第一节　竞走技术　　第二节　竞走的教学特点、步骤和注意事项　　第九章　短　跑　　第一节　短跑技术发展概况和发展趋势　　第二节　短跑技术　　第三节　短跑的教学　　第十章　中长跑　　第一节　中长跑技术发展概况和发展趋势　　第二节　中长跑技术　　第三节　中长跑的教学　　第十一章　接力跑　　第一节　接力跑技术发展概况　　第二节　接力跑技术　　第三节　接力跑的教学　　第十二章　跨栏跑　　第一节　跨栏跑技术发展概况和发展趋势　　第二节　跨栏跑技术　　第三节　跨栏跑的教学　　第十三章　障碍跑　　第一节　障碍跑技术　　第二节　障碍跑的教学特点、步骤和注意事项　　第十四章　跳高　　第一节　跳高技术的发展概况和发展趋势　　第二节　背越式跳高技术　　第三节　背越式跳高的教学　　第十五章　跳　远　　第一节　跳远技术发展概况和发展趋势　　第二节　跳远技术　　第三节　跳远的教学　　第十六章　三级跳远　　第一节　三级跳远技术发展概况　　第二节　三级跳远技术　　第三节　三级跳远的教学特点、步骤和注意事项　　第十七章　推铅球　　第一节　推铅球技术发展概况和发展趋势　　第二节　推铅球技术　　第三节　推铅球的教学　　第十八章　掷实心球　　第一节　掷实心球的方法　　第二节　常见错误动作及其产生原因和纠正方法　　第三节　掷实心球的教学特点和注意事项　　第十九章　掷标枪　　第一节　掷标枪技术　　第二节　掷标枪的教学　　第二十章　掷铁饼　　第一节　掷铁饼技术　　第二节　掷铁饼的教学　参考文献

章节摘录

理论篇第一章　田径运动概述第二节　田径运动的起源与发展一、田径运动的起源远古时代，人类为了延续生命和获得生活资料，在进行渔猎或与猛兽搏斗以及和大自然斗争的时候，必须要走、跑相当的距离，跳跃各种障碍和掷击石块、长矛等。
由于在日常生活中不断地重复这些动作，逐步演变和形成了快速奔跑、敏捷跳跃、准确投掷等技能，并有意识地把这些技能传授给下一代。
另一方面，人们在紧张的渔猎劳动之余，也进行娱乐活动以抒发情感获得乐趣，走、跑、跳跃、投掷的娱乐和竞赛，正是在这种环境中逐步萌发的。
人们最初的娱乐(游戏、竞技)动作和生活动作是没有多大区别的，而是自然地表现在人们生活之中的。
例如，出于生存需要而进行渔猎时，有时采取在同伴之间比赛的方式，即看谁打得多，看谁动作快，看谁撵得上，看谁掷得远和准等，进而附加一些条件，将走、跑、跳跃、投掷等直接的生活动作发展成为竞赛，这就是田径运动的雏形。
据史料记载，公元前776年在古希腊奥林匹亚村举行的第l届古代奥运会上，就已有短跑项目。
公元前708年，由铁饼、跳跃、绕运动场跑、掷标枪、摔跤组成的五项全能就已出现。
马拉松比赛是为了纪念雅典战士菲迪皮茨而设置的，他为了把希腊战胜波斯的消息尽快送到雅典，从马拉松镇一直跑到雅典，传达了胜利的消息后便力竭而死。
1896年在第1届现代奥运会上，举行了从马拉松镇跑到雅典的比赛。
现代长跑的发祥地是英国，18世纪时，英国已有一些职业赛跑选手进行长跑比赛。
跨栏跑项目也源于英国。
1864年，在首届牛津剑桥校际对抗赛上，第一次正式举行了跨栏跑。
公元前8世纪的古希腊奥运会上，已有跳跃比赛，跳远就是当时五项全能之一。
现代跳远始于l9世纪中叶。
1896年在雅典举行第1届现代奥运会时，跳远就是正式项目。
三级跳远是由多次跳演变而来，古代日耳曼人和克尔特人已有多次跳这种运动方式，公元前200年，克尔特人运动会上就有类似三级跳远的比赛，现代三级跳远起源于爱尔兰和苏格兰。
19世纪中叶以后，逐步形成了三级跳技术的几种流派。
跳高作为田径比赛的项目源于爱尔兰和苏格兰，1800年，跳高已是苏格兰高地运动会的比赛项目之一，撑竿跳高项目初期是由掌竿或投枪作为支撑物越过深沟、水溪和围墙演变过来的，爱尔兰的塔里蒂安运动会一直举行到公元554年，撑竿跳就是这个传统运动会上的项目之一，后来，撑竿跳又从爱尔兰传到苏格兰和英格兰。
撑竿跳高作为正式竞技运动项目的第1次比赛是在1866年举行的。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《田径》由北京师范大学出版集团，北京师范大学出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com